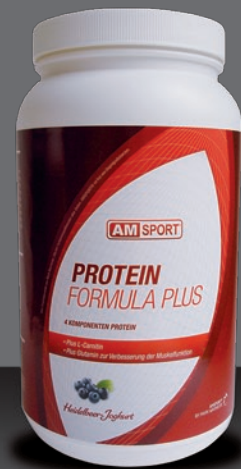




- PLUS L-Carnitin
- PLUS L-Glutamin zur Verbesserung der Muskelfunktion
- Unvergleichlicher Geschmack



## **PROTEIN FORMULA PLUS** HEIDELBEER-JOGHURT

Die besonders hochwertige Mischung aus verschiedenen Proteinquellen stellt dem Körper sowohl kurzfristig als auch langfristig Proteine und Aminosäuren zur Verfügung und ist optimal zusammengesetzt für Freizeit- und Profisportler. Aufgrund des geringen Kohlenhydratanteils eignen sich diese Proteinshakes bestens auch für eine figurbewusste Lebensweise. Durch die Einnahme des Proteinshakes nach dem Training, wird eine Heißhunger-Attacke unterbrochen, das Muskelwachstum und die Fettverbrennung gefördert. Das zugesetzte L-Carnitin unterstützt den Fettstoffwechsel, das L-Glutamin soll die Muskelfunktion fördern. AMSPORT® Protein Formula Plus eignet sich auch hervorragend als hochwertige Proteinquelle zum Ausgleich von Proteinmangelernährung für eine effiziente Energiegewinnung. Der Proteindrink gibt dem Körper langsam Energie zurück, ohne negativ auf die Fettverbrennung zu wirken. Hungerattacken nach

dem Sport werden vermieden und man kann so optimal abnehmen. Unsere Proteine eignen sich hervorragend für den Shake nach dem Training.

VORSICHT: andere Produkte haben häufig viel Zuckeranteil oder minderwertige (mehlig schmeckende) Proteinqualität, die diesen Effekt stark mindern!

### **MERKE**

- Besonders hochwertige Proteinquelle zum Muskelaufbau
- Einzigartiger Geschmack
- Hochkonzentrierte Proteinmischung
- Muskelaufbau Performance
- Fitness Lifestyle
- Figur Aesthetic

# PROTEIN FORMULA PLUS HEIDELBEER-JOGHURT

NÄHRWERTANGABEN	pro 100 g Produkt	% RDA*	pro Portion**
Physiologischer Brennwert	1536 kJ / 367 kcal	—	1075 kJ / 257 kcal
Eiweiß	71,0 g	—	31,3 g
• davon BCAAs***	15,5 g	—	6,8 g
Kohlenhydrate	8,8 g	—	17,1 g
• davon Zucker	5,6 g	—	16,1 g
Fett	3,9 g	—	6,0 g
• davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	—	2,8 g
Ballaststoffe	<0,1 g	—	<0,1 g
Natrium	0,158 g	—	0,188 g
Vitamin C	240 mg	300 %	77,1 mg
Niacin	48 mg	300 %	14,7 mg
Vitamin E	36 mg	300 %	10,9 mg
Pantothensäure	18 mg	300 %	6,5 mg
Vitamin B6	4,2 mg	300 %	1,4 mg
Vitamin B2	5,0 mg	357 %	2,0 mg
Vitamin B1	3,3 mg	300 %	1,1 mg
Folsäure	659 µg	330 %	211 µg
Biotin	150 µg	300 %	55,7 µg
Vitamin B12	17,4 µg	696 %	6,48 µg
L-Carnitin	500 mg	—	150 mg
L-Glutamin	500 mg	—	150 mg

## AMINOSÄUREPROFIL pro 100 g Eiweiß

L-Alanin	4,14 g	L-Lysin <sup>2</sup>	8,65 g
L-Arginin <sup>1</sup>	2,60 g	L-Methionin <sup>2</sup>	2,41 g
L-Asparaginsäure	9,22 g	L-Phenylalanin <sup>2</sup>	3,71 g
L-Cystein <sup>1</sup>	1,47 g	L-Prolin	7,18 g
L-Glutaminsäure	19,55 g	L-Serin	5,02 g
L-Glycin	1,56 g	L-Threonin <sup>2</sup>	5,57 g
L-Histidin <sup>1</sup>	2,14 g	L-Tryptophan <sup>2</sup>	1,32 g
L-Isoleucin <sup>2</sup>	5,92 g	L-Tyrosin <sup>1</sup>	3,65 g
L-Leucin <sup>2</sup>	9,80 g	L-Valin <sup>2</sup>	6,11 g

<sup>1</sup> semiessentielle Aminosäure

<sup>2</sup> essentielle Aminosäure

\* RDA = % der empfohlenen Tagesdosis

\*\* 1 Portion: 30 g + 300 ml fettarme Milch (1,5 %)

\*\*\* BCAAs: branched chain amino acids (verzweigt-kettige Aminosäuren – L-Isoleucin, L-Leucin, L-Valin)

- Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertiger Zubereitung mit fettarmer Milch (1,5 %): 326 kJ (77,9 kcal)

*Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengung, vor allem für Sportler. Mit Süßungsmitteln.*

## EINNAHMEEMPFEHLUNG

- MUSKELAUFBAU PERFORMANCE**  
3 Shakes über den Tag verteilt
- Morgens zum Frühstück, 1 Stunde vor und direkt nach dem Training  
**Hochwertige Proteine über den ganzen Tag, um die anabole Stoffwechsellage zu unterstützen und den Körper optimal zu versorgen**
- FITNESS LIFESTYLE**  
2 Shakes
- 3 Stunden vor dem Training und direkt nach dem Training – an trainingsfreien Tagen 1 Shake am Tag  
**Proteine sind wichtig für ein intaktes Immunsystem und eine schnelle Regeneration – Steigern Sie Ihre Fitness!**
- FIGUR AESTHETIC**  
1 Shake
- Während des Trainings ausreichend kalorien- und zuckerfreie Getränke, unmittelbar nach dem Training 1 Shake  
**Hunger wird reduziert, dadurch die Fettverbrennung aktiviert**

## ZUBEREITUNG

- 1 Shake: 30g Pulver in 300ml fettarme Milch (1,5%) einrühren
- 30g entsprechen 3 gestrichenen Messlöffeln (der Dose beigelegt)

